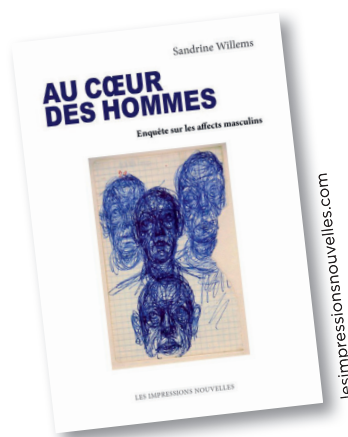


Au cœur des hommes

Le livre *Au cœur des hommes* est une enquête sur les affects masculins, menée par l'auteure et psychologue Sandrine Willems. Une douzaine d'hommes entre 25 et 65 ans ont été interviewés ; leurs réponses sont aussi nuancées que diverses.



Cet ouvrage de Sandrine Willems est une interrogation sur l'homme, ses humeurs, ses incompréhensions, ses sensibilités, sa manière de s'exprimer, ses attirances, ses joies, ses peurs, ses tristesses, sa créativité, le sens qu'il donne à sa vie, à l'amour, à la solitude... Lors de cette enquête, les affirmations péremptoires sont rares et c'est toute une palette d'hésitations, de tâtonnements et de poésie qui est offerte aux lecteurs et lectrices et qui fait voler en éclats les idées préconçues que l'on peut avoir sur le mâle dominant. Les personnes interrogées parlent sans tabou de leurs états d'âme et de leur corps, ainsi que de leurs difficultés à vivre dans un monde où les féministes considèrent souvent l'homme comme l'ennemi.

Les mentalités d'autrefois se paient cash !

Si l'un parle de son statut d'homme immobile et uniforme dans un rôle prédéfini, l'autre parle de son manque de libertés. Un troisième déclare que si on pouvait dissocier le féminin de la femme et le masculin de l'homme, ce serait la clef du changement. L'éducation a certes contribué à enfermer chaque genre dans une case. Pourquoi la force est-elle, par exemple, accordée à l'homme et la sensibilité à la femme ?

Les femmes expriment facilement leurs émotions et semblent avoir des antennes pour les percevoir, mais certains hommes sont parfois torturés par leurs affects car, pendant des siècles, on leur a demandé de ne rien laisser paraître. Aujourd'hui, il y a une grande ouverture d'esprit devant laquelle ils se retrouvent totalement paumés. Une des personnes interrogées avoue qu'il est un handicapé de l'expression, que sa manière de montrer ses sentiments passe par l'action.

C'est ce qu'il a appris, mais cela n'enlève rien à sa fragilité et à son besoin d'être protégé.

Quelques extraits à méditer...

Si la testostérone intervient forcément dans la musculature et les pulsions sexuelles des hommes et si donner la vie est essentiellement féminin, ces différences ne justifient pas les besoins du cœur et de l'âme. Ne prendre en compte que l'anatomie est une erreur.

La tristesse chez un homme, c'est l'impuissance, la médiocrité, le manque de connexion avec les autres, l'abandon, le fait de ne pas être reconnu. Le mental influence le corps et vice versa. Parfois, l'esprit cadenas le corps et parfois le corps et l'esprit ne s'entendent pas ; parfois aussi, l'un est au service de l'autre.

Les fortes émotions tant intérieures qu'extérieures poussent certains hommes à se blinder, à survivre en tout contrôlant, à mettre en place des mécanismes de défense comme le cynisme ou la dérision. Cela leur permet de ne pas être débordés. Accueillir une émotion peut être douloureux et l'accepter avec un certain détachement est un chemin long et subtil, mais très enrichissant.

La tendresse est abordée sous des facettes différentes, nécessaire pour l'un, mièvre pour un deuxième, expérience de pleine conscience, aussi spirituelle que charnelle pour un troisième. Les perceptions varient. À la question « *Qu'est-ce qui différencie l'amour de l'amitié ?* », les intervenants répondent souvent que l'un est lié à l'autre, que l'amour sans amitié ne tient pas la route, que l'amitié est aussi une forme d'amour, qu'il ne faut pas dissocier les deux, qu'avec chaque personne la forme est différente.

On l'aura compris, il y a autant de personnalités qu'il y a d'hommes et vouloir les enfermer dans des cases est vraiment réducteur. En ce mois de la fête des pères, essayons d'être à leur écoute afin de mieux les comprendre pour un vivre-ensemble harmonieux et plus complémentaire.

■ **Salomé Roussel**

Au cœur des hommes. Enquête sur les affects masculins, Sandrine Willems, Les Impressions Nouvelles, 2022, 112 pages. Prix : 12€.